ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 3300012DA942CB57FDFA46B42D8FB5A1
Владелец: Герман Виктория Викторовна
Действителен: с 23.10.2025 до 16.01.2027

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №188»
_____Герман В.В.
27.08.2026

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Прием, осмотр, игры,	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
ООД (занятия)	9.00-9.30
Игры, самостоятельная деятельность	9.30-9.50
Подготовка к прогулке	9.50-10.00
Прогулка	10.00-11.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.30-11.40
Обед	11.50-12.20
Сон	12.20-15.10
Постепенный подъем, воздушные процедуры, зарядка после сна, подготовка к полднику	15.10-15.20
Полдник	15.20-15.30
Игры, самостоятельная деятельность, ООД	15.30-15.50
Подготовка к прогулке, прогулка	15.50-17.00
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	17.00-17.10
Ужин	17.10-17.30
Самостоятельная деятельность, прогулка, уход домой	17.30-19.00

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №188»
Герман В.В.
27.08.2026

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

Младшие группы (3-4 г.)

Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность утренняя гимнастика	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
ООД (занятия)	9.00-9.40
Игры, самостоятельная деятельность	9.40-10.00
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.00-11.0
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.30-11.50
Обед	12.00-12.30
Сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, зарядка после сна, подготовка к полднику	15.00-15.10
Полдник	15.15-15.25
Игры, самостоятельная деятельность, ООД	15.25-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.10
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	17.10-17.20
Ужин	17.20-17.40
Самостоятельная деятельность, прогулка, уход домой	17.40-19.00

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №188»
_____ Герман В.В.
27.08.2026

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

В средней группе (4-5 лет)

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Подготовка к ООД	8.50-9.00
ООД (занятия)	9.00-9.50
Самостоятельная деятельность, игры	9.50-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.40
Возвращение с прогулки, игры	11.40-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, зарядка после сна, подготовка к полднику	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.10
Возвращение с прогулки, игры	17.10-17.20
Подготовка к ужину, ужин	17.20-17.40
Самостоятельная деятельность, прогулка уход домой	17.40-19.00

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №188»
_____ Герман В.В.
27.08.2026

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

В старшей группе (5-6 лет)

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Подготовка к ООД, ООД	9.00-10.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.10
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, зарядка после сна	15.10-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30
Подготовка к ООД, ООД. Игры, труд, самостоятельная деятельность	15.30-15.55
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.20
Возвращение с прогулки, игры	17.20-17.25
Подготовка к ужину, ужин	17.25-17.50
Самостоятельная деятельность, прогулка уход домой	17.50-19.00

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №188»
_____ Герман В.В.
27.08.2026

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

В подготовительной группе (6-7 л)

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-8.50
Подготовка к ООД, ООД	8.50-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка(Игры, наблюдения, труд)	10.40-12.10
Возвращение с прогулки	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.10
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, зарядка после сна	15.10-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30
Игры, труд, самостоятельная деятельность	15.30-15.55
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.20
Возвращение с прогулки, игры	17.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-17.50
Самостоятельная деятельность, прогулка уход домой	17.50-19.00